

Sekse specifiek werken

Op 7 december 2006 gaf Richard Normann, van Energy-motion uit Deventer, een gastcollege “Seksespecifiek binnen weerbaarheidstrainingen” aan studenten van de Landelijke opleiding ‘Docent weerbaarheid’ die verzorgd wordt door TransAct in Utrecht. Het college leverde de volgende vragen en antwoorden op.

Veiligheid / Vertrouwen: Hoe klein/groot is het de groepsgrootte gewenst, zonder dat het een therapeutisch karakter krijgt?

Als je over groepsgrote praat, praat je automatisch over groepsdynamica. Dat is een heel interessant onderwerp. Hoe kleiner de groep hoe meer energie jij als trainer er in moet stoppen om (individuele en groeps-) processen in gang te zetten. Energetische beweging of groepsdynamica in de groep is bepalend voor de individuele groei van elk groepslid. Het is dus belangrijk dat er niet te weinig kinderen in de groep zitten. Ik zeg meestal minimaal 6, maar ideaal is vanaf 8 kinderen. Te veel energetische beweging in een groep is ook niet goed, dat gaat ten kosten van de kwaliteit en de individuele aandacht die je feitelijk voor elk kind kunt in plannen. Wil je een groep vormen met kinderen met een stoornis dan is de energetische beweging binnen de groep al hoger en moet je minder kinderen in je groep hebben. Hoeveel je kunt hebben is erg afhankelijk van je ervaring, je populatie en wat de doelstelling is van je programma. Maar maximaal 14 tot 16 kinderen houd ik meestal aan voor een Martietje Kessels project (MKP) groep in het basisonderwijs.

Therapeutische werken zou in deze (MKP) lessen nooit je doel moeten zijn. Dat heeft niets met de grote van de groep te maken maar eerder met je eigen intentie, methodiek en houding als werker. Ik wil niet beweren dat er geen therapeutische processen kunnen plaatsvinden binnen je groep, vooral als je meer ervaring krijgt, maar het is nooit je primair doel.

In hoeverre kan bij het Sekse specifieke werken ook het niet-Sekse specifieke werken, (mannen / vrouwen) een plaats krijgen als lesonderdeel?

Ik denk dat één van de kernen van het MKP toch het sekse specifieke lesgeven is. Vooral in het begin van de lessenreeks als veiligheid en vertrouwen opgebouwd moet worden is het seksespecifiek werken handig. Maar er zou ook eens goed na gegaan moeten worden of sommige lessen niet met jongens en meisjes kunnen plaatsvinden, bijvoorbeeld een les over pesten in de klas of de herhalingsles. Ik vind het een interessant idee. Als je een gemende groep hebt zou het goed zijn om met een manlijke en vrouwelijke trainer te werken. Bij verschillende onderwerpen kunnen dan deels samen gedaan worden maar ook uitgesplitst. De jongens met de manlijke trainer en de meiden met de vrouwelijke trainerster.

Komt het ook voor dat er in 1 ruimte met mannen en vrouwen (apart) gewerkt kan worden?

Ja, in een gemende groep bij volwassenen kan dat volgens mij best. Maar bij kinderen is dat toch iets moeilijker. Ze zouden het wel kunnen hoor, ze doen vaak heel braaf wat jij wilt, maar ik denk dat het wel erg veel afleiding is.

In hoeverre spreek je af, code, hoe er over de andere sekse gepraat kan worden, zonder in roddel), te vervallen?

Ik denk dat je vooral moet stimuleren dat er op een respectvolle en veilige manier gepraat wordt over de eigen, maar ook over de andere sekse. Juist moeten jongens of mannen over zichzelf kunnen praten (zelfreflectie) maar ook over vrouwen, zonder dat het direct gaat over billen, buik en borsten. Maar ook vrouwen hebben vaak de zelfde vast geroeste ideeën over mannen en het is ook een taak voor hen om met humor zichzelf te bekijken, te reflecteren en ook eerlijk naar mannen te kijken. Dit moet jij als werker begeleiden. Je zult dus zelf de weg naar binnen moeten afleggen en je cursisten hierin meenemen, invoelen, mee-veren, humor inzetten. Maar je zult ook moeten begrenzen. Aan het begin van de training maar ook later zul je dus als werker je eigen kader goed moeten neerzetten en

deze blijven bewaken. Daarmee bewaak je de veiligheid in de groep en geef je de deelnemers, volwassenen of kinderen de kans zichzelf en de ander eerlijk te onderzoeken.

Ik ben benieuwd naar de top drie van oefeningen "not done" bij jongens/mannen en bij meisjes/vrouwen. Met welke oefeningen moet je dus echt niet aankomen bij welke doelgroep?

Jongens communiceren doormiddel van beweging. Ik heb niet echt een top 3. Maar werken met de kussens is voor mij nog altijd een ingang om met jongens bezig te zijn met plezier, beheersing en communicatie. Een balspel werkt altijd heel goed. Maar kijk vooral goed naar de groep die je voor je hebt. Een meidengroep kan ook een balspel helemaal het einde vinden omdat ze nu eens zonder de jongens (die altijd de bal zo hard afpakken, ha ha) zich aan elkaar kunnen meten.

Wat voor programma bied je de jongens aan - leer je ze de lichaamswapens en bevrijdingen ook aan?

Ik moet eerlijk bekennen dat ik steeds vaker binnen het programma van groep 6, 7 en 8 niet toe kom aan lichaamswapens en bevrijdingen. Het is niet dat ik het niet doe, maar het heeft niet (meer) mijn eerste prioriteit. Ik gebruik het om een ingang te krijgen bij de jongens. Het heeft voor mij ook echt die functie. Ik denk ook dat er in de toekomst een fundamentele discussie gevoerd moet worden of er over 5 jaar nog lichaamswapens thuis horen in een Weerbaarheidstraining. Er is van beiden wat te zeggen. Volgens mij is het slimmer om een kind (jongen en meisjes) meer te leren eerlijker naar zijn of haar eigen gevoel te kijken, luisteren en daar naar te handelen in bedreigende situaties. Dan zit je meer op het gebied van intuïtie, het aanvoelen van gevaar. Het nog beter herkennen van een voor jou gevaarlijke situatie. Dit serieus nemen en er op tijd uitstappen of hulp vragen.

Waar leg je de nadruk op bij de jongens in de weerbaarheidslessen ?

Mijn accenten liggen voornamelijk op het gebied van "Wie ben ik". Het gaat hierbij van het ontdekken van jezelf, als jongen en als toekomstige man. Ik begin meestal met het ontdekken en richten van eigen energie, je praat hierbij over lichaamsbewustzijn, zelfbewustzijn en impulsbeheersing, herkennen en bespreekbaar maken van problemen en het ontdekken van je eigen positieve kwaliteiten.

Bied je ook Rots en water aan en geef datzelfde programma ook aan meisjes? Of meng je dat met als Nee niet genoeg is?

Ja, ik geef ook Rots en Water trainingen. Ik heb de drie daagse training bij Freerk Ykema (www.rotsenwater.nl) gevolgd. Ik geef soms ook Rots en water trainingen aan meisjes maar dan is er altijd een vrouwelijke trainster bij. Het programma is van opbouw het zelfde maar de inhoud is wel anders. Ik leg dan wel accentverschillen aan. Wat ik bij puber meiden vooral tegen kom is hun eigen onzekerheid, groepsdruk binnen de eigen sekse, zich zelf staande houden in de manlijke buitenwereld en de angst voor het te ver gaan van de jongen bij de eerste seksuele ervaringen. Mengen van programma's is een beetje vloeken in de kerk. Maar het gebeurt wel en ik doe het ook. Dat komt omdat elke groep weer anders is en er geen programma bestaat die prefect is of helemaal af is. De wereld is constant in beweging en programma's zouden dat ook moeten zijn. Het doorontwikkelen is dus heel erg belangrijk. Bij het MKP project is dit doorontwikkelen bijna niet gebeurd. Dat is spijtig en dwingt trainers om naar ander programma's te kijken.

Wat als blijkt als er zedenzaken omhoog komen , hoe ga jij hier mee om?

Het is zaak dat je goed samenwerkt met de school. Bij de intake vraag ik altijd of er een protocol kindermishandeling is en wie daar verantwoordelijk voor is mocht er een vorm van kindermishandeling naar boven komen. Ook vraag ik wie er meld of advies vraagt aan het AMK als dit nodig mocht zijn en of er ervaring is met het melden en of advies vragen bij het AMK. Voor mij is nog steeds het boek "Mis-handeling, signaleren en handelen van Arie Wolzak (NIZW) een standaard werk. Daar kun je lezen wat de stappen zijn die je als trainer en als school kunt nemen. Als trainer kun je ook advies vragen bij het AMK, dat kan ook ondersteunend zijn. Het is als student moeilijk te voorspellen hoe je

gaat reageren als een kind je verteld dat hij te maken heeft met kindermishandeling. Belangrijk is het om echt in contact te blijven met het kind. Vaak gebeurt het dat werker door zijn eigen schrik, angst, verontwaardiging of onmacht, (energetisch) het contact verbreekt met het kind. En hoe moet het zijn voor een kind om tegen een lege huls te praten over de nare zaken die hij of zij heeft meegemaakt.

Hoe ga je met gemengde groepen om , hoe ziet dan jou programma er uit?

Ik doe in hoge uitzondering gemende groepen. Maar dat is maar heel zelden. Het is voor mij anders als je als vrouwelijke en manlijke trainer voor de groep staat. Maar dat is vaak niet te betalen voor opdrachtgevers.

Wat als de groep èrg vervelend is en de leiding van school ziet dat als jou probleem?

Je hebt dan een moeilijke groep. Het gaat nu te ver om te analyseren waar precies het probleem zit en daarvoor heb ik ook te weinig informatie. Maar een groep die moeilijk is, is niet alleen moeilijk tijdens jou lessen. Dat is een geruststellende gedachten. Je zult dus de groep moeten analyseren. Wat voor een groep is het? Wat is de historie van deze groep? Wat is de samenstelling, verhouding jongens – meisjes? Welke gedragsproblematiek of gezinsproblematiek speelt er in deze groep bij individuele leerlingen? Wie zijn de informele leiders van de jongens en wie is dat bij de meiden? Allemaal vragen die je kunt stellen. Je zult ook jezelf moeten analyseren: Geef ik genoeg veiligheid en structuur aan deze groep?, Wil ik niet lief gevonden worden? Vind ik het moeilijk om goed pedagogisch boos te worden? Kan ik de juiste toon vinden?, hoe kan ik ze werkelijk raken? Is mijn verhouding theorie en praktijk wel in balans? Heb ik wel wat met deze kinderen? Wat straal ik zelf uit als ik voor deze groep sta? Een school die zijn eigen moeilijke groep niet als haar probleem ervaart, vind ik al erg interessant. Het kan zijn dat de school zelf in de ontkenning zit en haar verantwoordelijkheid niet neemt. Dit kan te maken hebben met een zekere incompetentie binnen de school. Het kan zijn dat de school jou als trainer niet ziet zitten of het programma niet ziet zitten. Of is er geen chemie tussen jou en de school.

Hoe ga je om met kringgesprekken wat voor verschil zie je bij jongens en meisjes en zijn de onderwerpen verschillend?

Leergesprekken in de kring zijn vooral heel leuk. Jongens laten zich over het algemeen iets minder snel zien, hebben een iets kleiner spanningsboog en geven zichzelf iets minder snel prijs. Maar jongens willen heel graag ook belangrijke dingen vertellen waar ze mee zitten of wat er goed gaat. Meiden gaan in de kring en die beginnen te vertellen. Bij jongens gaat daar veel meer aan vooraf. Jongens moeten eerst meer weten: wie is die docent die Weerbaarheidstraining komt geven? Wat heb ik aan jou? Kan ik op je bouwen? Jongens hebben meer voorwerk nodig. De onderwerpen hoeven niet verschillende te zijn. Jongens kunnen netzo als meiden over alle onderwerpen praten. Moeilijker is om verdieping in je gesprek te krijgen. Je moet bij jongens veel slimmer doorvragen en hun vanuit hun cognitieve brengen naar het hart. Als ze praten vanuit hun hart, en het is verbazingwekkend hoe snel jongens dit oppakken en ook niet gek vinden, krijg je op de zelfde vraag een heel ander, dieper en echter antwoord. Daar is wel contact, veiligheid en structuur voor nodig. Dit is een speciale techniek die we ook tijdens de lesdag gaan oefenen.

Richard Normann

Energy-motion: weerbaarheidstrainingen / vorming / training

telefoon: 06-16476318

e-mail: info@energy-motion.nl

website: www.energy-motion.nl